



# 看護部通信



2022年 11月

気温がぐっと下がり鍋の美味しい季節になってきました。皆さんはどんな鍋料理がお好きですか？どんな鍋料理を作りますか？寒い季節の美味しいものは…そんなことを考えるだけでも少しだけ幸せな気分になります。大勢で鍋を囲むのもいいですが、最近は外食でも家庭用でも一人用の鍋がたくさん販売されています。その時の状況に合わせて好きな鍋を選んでいただくのもいいですね。（看護師長会）

『継続は・・・』

3病棟 A. S

私は空手をしており、週2回～3回稽古に勤しんでいる。そんな中、今年夏に東京から高名な方をお招きした合宿があり、そのアシスタントとして同行した道場生が、なんと看護学生時代の同級生であった。まさかまさかの再会。神奈川県にあった私の出身校は、発展的解消で閉校になり、同窓会事務局も解散。秋田にいる私は、もう誰とも会うことがないであろうと思い込んでいた。21年ぶりの思わぬ再会に涙があふれた。きつい稽古を重ね、長く自分なりに努力してきたことが、思わぬご褒美になった。夢のような時間を過ごし、連絡先を交換、再び同じ時間に稽古することを約束し別れた。何事も努力・継続すれば良いことがあると改めて感じた。

奇跡の再会!!  
そんなことが  
本当にあるの  
ですね…!(^)!



『コロナ感染症を経験して』

3病棟 K. T

さて、題名にある通り私は新型コロナウイルス感染症に感染しました。絶対にコロナになってたまるかと移動は最小限、人との接触を極力減らすなど感染対策を行った。それでも感染するのですから、完全に防ぐことは、本当に難しいのだと身をもって感じました。初めは喉の痛みと咳、数時間後には発熱し始め、人生初の39℃の熱。氷枕や冷却ジェルシートをいたるところに貼りましたがまったく効果なし。熱は3日ほどで下がりましたが、療養期間後もなかなか咳は止まらずに大変な経験をしました。改めて健康の大切さを実感しました。

ちなみに、私の祖父は家族の言うことを聞かず飲み会へ参加、見事コロナに感染しました。まだまだ、感染は収まりませんので、皆様も個人予防を徹底し、家族の言うことを聞きながら生活して貰えればと経験者からの言葉です。

体に不調を感じたら  
すぐに報告しましょう

